

## 第6回 意欲を育てる乳児保育



講師 岡村 由紀子 氏

### はじめに

教育は、働きかけて（指導して）子どもを変えていく仕事です。ですから、0歳児には、0歳児に合った働きかけが必要です。この仕事の主人公は、子どもです。障害を持っていてもいなくても、何歳であっても、子どもが人として生きていく力を育てるのが仕事です。

保育者は、乳児の言語発達が未熟なため、子ども自身ができるようになる力を教えるのが保育だと思いがちですが本来、教育・保育は子どもの持つ力を引き出す仕事なのです。そして転んでしまう前に「危ない」と止めてしまえば、子どもの意欲や学びのチャンスをなくしてしまいます。子どもに育ってきている力を見極め、環境を創り、必要な指導をするのが、教育です。

さらに自己コントロール力は、自己主張する力が育つことが、前提に育っていきます。こうした、発達を学ぶことは、発達に子どもを合わせるのではなく、子ども理解を深めることに役立ち、子どもとの応答的指導に繋がっていきます。

### I、子どもが育つ3つの信頼感

- 1, 基本的信頼感とは、自分を否定しない、絶対自分の味方でいてくれる特定の人との関わりです。母親だけでなく、母性的な人なので、保育者も含まれます。これがないと子どもは自分を大事にする心が育ちません。
- 2, 社会的信頼感は、最初に出会った先生の関わりが、その子が他者を好きになるかの土台を創るといわれ、保育者は大きな責任があります。
- 3, 自己信頼感は、丸ごと受け止めてくれる親や他

者である大人に支えられながら、子どもがななかと過ごす中で「自分っていいんだ」という自己肯定感の育ちに繋がります。

### II、子どもの権利

子どもの権利は言いかえると、体と心の主人公になるということです。それは、泣くことから始まる子どもの権利です。赤ちゃんは自分の体に不快なことが起きると必ず泣きます。そのとき、まわりの大人が「お腹空いたのかな」「おしっこ出たのかな」「抱っこしてほしいのかな」と子どもの不快の原因をあれこれ探します。子どもにとって、不快を表したときにどのように世話をされたのかがとても大切になってきます。世話をされた子の中には、「泣いてもいいんだ」という気持ちが育っていきます。それが分かってきた子どもたちは泣いてお知らせをします。ベテランの保育者になるとその泣き方で、甘え泣きなのか、やきもちで泣いているのか、怒っているのか、お腹が空いているのかがわかります。それを言葉にして「～なんだね」と伝えていくこと、子どもは自分の身に起きていることがどういうことなのかを学んでいくことができます。ですから、私たちは、子どもの体の変化に合わせた言葉を掛ける必要があります。

泣いても大人が自分の気持ちを言葉にしてくれず、世話をしてくれないと子どもは泣いて知らせることを諦めてしまい「サイレントベビー」となってしまいます。保育者は、そういう子を作ってははいけません。家庭での保育で泣かない子になっていたとしても、どうしたらこの子が楽しく過ごせるかを考えなくてはなりません。

子どもが身体と心の主人公になることが、生きる力の土台を作る生活リズムを作ることです。それが、自立する力に繋がっていきます。保育者が働きかけている養護性は、食事、着替え、排泄、睡眠のことで、これらは自立をする力です。

★睡眠は成長ホルモンの分泌が増加し、寝ている間に骨や筋肉や脳の発達が促されます。ノンレム睡眠は、脳と身体が休むことをいいます。レム睡眠とは、頭だけは活性化していて身体だけが休んでいる状態のことで、夢見睡眠ともいいます。大事なのは、この深い眠りのノンレム睡眠です。赤ちゃんが生まれたばかりのときは、この睡眠のリズムが25時間あります。25時間で回っているサイクルを少しずつ社会的な24時間で回るようにしていきます。そうしなければ、昼夜逆転してしまうからです。いくら夜寝るのが遅くなっても、夜泣きをしても、朝の光を浴びてこのリズムを作っていけば修正されていきます。そして睡眠は、最初にまどろみがあり、だんだん深くなっていき、最後の深い眠りで脳も体も休むことができます。そのサイクルを大人は、90分くらいで、幼児は、40~60分の間で繰り返していきます。睡眠のリズムができている子は、体の調子も良く、意欲もあります。

園でもお昼寝のリズムができるかが重要です。眠れるということは、園での生活を安心して送れているということです。睡眠がきちんと取れていれば食事や遊びも意欲的に取り組むことができます。

★食事については、「味覚は一生発達する」ということを覚えているとよいでしょう。発達するには3つの条件があります。前提は、楽しく食べる事です。1、舐めてみる、ちょっとだけ味わってみる。2、まわりの人が、嫌いなものをおいしく食べるところを見る。3、薄味で季節の旬のものを食べることを大切にすることです。

0歳児の後半になってくると、一度口に入れたものを出します。これは、味覚が発達してきた証拠な

のです。そのとき「(苦手な食べ物と) お友達になれるかなあ」と声を掛けるのです。1歳児後半になってくるとその言葉が伝わって、クラスに広がってきます。

にんじんを嫌がっている男の子の前に座っている女の子が、「お腹の中でにんじんのお母さんが待っているよ」と言ったのです。それを聞いた男の子は、にんじんを少しだけかじってみる姿が生まれました。するとまわりの子たちが「お腹の中で、にんじんの赤ちゃんが喜んでる〜!」と大喜びでした。保育者が声を掛けなくても子ども同士でやり取りを楽しんでいました。どこかに食べてみようという気持ちになるきっかけがあるので、ちょっとした働きかけで少しでも味わった経験が、未来につながっていきます。

離乳食は、自分で食べる意欲が大事です。介助用スプーンで保育者に食べさせてもらいながら、自分でも手づかみで食べる経験をし、その中で自分の口に入れる1回の量を知っていきます。

★排泄の自立は、大脳皮質という神経と膀胱が大きく関係してきます。排泄の自立に欠かせない発達は、立って歩くことが出来ているかです。それから、排尿のリズムをつかんでいきます。排尿感覚が1時間~1時間半以上空いてきたらリズムができ始めている証拠です。午睡後が一番トイレで排尿するチャンスです「すっきりするかな」とお腹をさすって促します。トイレに行くことが嫌になってしまうので、子どもが嫌がったら、絶対に無理強いしないことです。

そんな時には、「お腹がむずむずして、出たくなったら教えてね」と言います。出てしまったら、「すっきりしたね」「濡れてしまって気持ち悪いから、替えようね」そして「すっきりしたね。こんどおっこ出たくなったら教えてね」(その時、膀胱のところを摩ると分かりやすい)と言うことで、子どもの体で起きている変化を子ども自身が知るチャン

スとなり、自立に向かっていきます。自分の体や心の中に起きている変化を知り、そこにその状態を表す言葉を添えていくことが、体の主人公になるということです。

### Ⅲ、保育方法

あそびや生活を通じて、人間になる力を育てる

- 1、文化的な生活を創る力…自由を獲得します。  
自立的な生活力の形成…生活リズムの形成
- 2、あそびを創りだす経験は、豊かな人格形成の土壌の形成をします。

### Ⅳ、乳児期に大切なアタッチメントのパートナー

- 1、人間に対する絶対的信頼感は、自己肯定感の形成につながります。
- 2、アタッチメントの対象は、心理的拠点となります。探索活動の活発化は、自分の中に育ってきた力を試してみたい気持ちのあらわれです。一見、いたずらとも思える行動も否定的に捉えず、「この子にはこういう力が育ってきたから、こんな行動をするんだ」「この力を発揮できるような環境は何だろう」という視点で見ていきましょう。
- 3、大好きな人との関わる楽しさは、人と関わる力の土台となります。

#### 保育者の関りのポイント

一見困った子どもの行動にこそ、子どもの要求や状態に敏感に反応し、さまざまな対応ができるかというところが私たち保育者のプロとしての専門性です。継続的で一貫性があり、応答的な関わりが求められます。保育者の一方的な考えを押し付けるのではなく、子どもに体感して認知させていく、さり気ない援助が必要です。

### Ⅴ、年齢別に見る発達と保育

★ 0歳児（自我の土台）…口で世界を知ります。

泣くことからコミュニケーションが始まります。人と心を通い合わせることが気持ちよと感じる力を育てます。大人との安定した関係の中で生活します。

愛される経験が、愛する事の出来る力を育て、大人が子どもに受容的に関わり、全てが受容される経験です。あやされることで「泣いてもいいんだ」という心が形成されます。

保育者の指導として、泣いたときには、放っておかず、必ず関わる必要があります。特に抱っこは、抱きとめ合いとって、子どもが泣いたとき、安心を創り信頼関係を形成します。

0歳児の事例は、子どもが一見いたずらをしているようでも、真剣に集中する姿を見て保育者はそれを遊びとして捉えています。ときどき、ちらっと保育者を見る子どもの姿からも人への関わりへの関心が出てきたことも伺えます。

★1歳児（自我の芽生え）手で世界を知る時期です。  
いたずら・噛み付き・指しゃぶりが出てきます。

たっぷり甘えられることで、自立を育てます。眼差しの量が人生で1番多い時期です。指さしをしたり、眼差しを送ったりするという事は、それだけ子どもの中に伝えたいことがあるということです。大人に受け止めてもらう経験をして、立ち直りの心の形成をしていってほしいと思います。

保育者の指導として、大事にされたからこそ、自我（やりたいことが分かる自分）が出てきて、いや！自分で！が多くなります。叩く・噛む・切り替えや変化が難しいなどの関わりは、ややこしくなる一方ですが、本来大人は、喜ぶことです。こんな時ほど「心は、大事に」の気持ちで、いや！を大事に受け止めつつ返すことが求められます。

他の保育者の素敵な指導を見て、自分の中にある「あるべき子ども像」を振り返るチャンスとします。

1歳児の事例は、1歳や2歳は想像性が育ち、「う

そっこの世界」を楽しみます。この「うそっこの世界」を通して、保育者も心を柔らかくして、いやいやの時期の気持ちの切り替えをしていくことが大切です。

★2歳児(自我の芽生えをたっぷりと)体で世界を知ります。じっとしているのが難しく、自分で！イヤ！の気持ちを大いに表します。少しずつ自分の気持ちが分かってきて、自分の気持ちや体の変化を表す言葉を知っていきます。いやいや！は、大人に反発したいからではなく、かけがえのない自分ができてきたからこそその表れなのです。

保育者の指導として、2歳児はますます自分のやりたい心が強くなります。気持ちは、頑固なように見え大変ですが、ころっと変わる、気分のむらがあります。大人が言葉で、「やりたいねー」「残念だったね」と共感してもすんなりいかず、かえってややこしくなる時もあります。2歳児は、自尊心が育ってくるので、保育士の考えを押し付けずに、自分で決めさせたり、選択させたりして、自分で選び取る気持ちを大切にしたいです。保育者は、楽しみながら2歳児のややこしくなった気持ちを乗り越えていくことが大切です。そのときは、保育者の演技力も必要です。

方法は、一つではありませんので、園のみんなのチームで方法を考え、創っていけばいいのです。

どんな状況にも「子どもの思いや考えがあること」を忘れず、気持ちよく切り替えていく方向を示すことです。2歳児は人に対して関心をもち始めてくるので、「この子がいい」の気持ちが出てきます。物で「こっちに同じものがあるよ」と言って気持ちを切り替えるのが難しくても「〇ちゃんも同じのやっているよ」と言うと、心が動きます。「〇ちゃんの隣がいい！」というこだわりを見せてくるほどになります。そうして、自分の気に入った人や好きな人ができるということは、子どもの発達にとって、とても大切なことです。2歳児は、自分がやっていな

いの好きな人の世話をしようとする姿が見られます。そういうときに大人に「自分のこともやっていないのに」と否定的な目で見られると、子どもは「まわりに関心をもつと怒られる」ということを学んでしまいます。私たち保育者は、そういうときこそ、「ハートは熱く、頭は冷静に。」の気持ちで対応し、自分たちは人間の人格形成に携わる仕事をしているという自覚をもって保育をしてほしいと思います。

2歳児の事例は、子どもたちの何気ない姿に保育者が意味づけをしています。2歳児は人との関わりを求めるようになりますので、一見バラバラに見えますがどこかが一緒というところが楽しいのです。

おわりに

「乳児の1年は、大人の10年分」「三つ子の魂百まで」という言葉があります。そのくらい目覚ましい発達がある乳児期は、将来の人間の土台を創る時期です。子どもが自立する生活の力とともに、ゆたかな遊び経験が大切です。

言葉は、なくても、目・表情・しぐさから子どもの願いを汲みとり(受容的に関わる)、子どもがより生活の主人公になり生き生きした楽しい遊びを創り出すことが保育者の仕事です。

大人には、乳児がどれほど小さく弱い存在だとしても、その小ささ、弱さのなかに命の尊厳と発達の可能性を認知する感性が求められています。

ゆっくり・じっくり・丁寧に・そして優しく保育を創り出し、子どもの笑顔が溢れることを願っています。

第6回 焼津市保育者資質向上研修会  
令和3年11月19日(金)  
会場：焼津市役所 大会議室1B